

AvisN

Avis for Oslo Voksenopplæring Nydalen Mai 2026

Tur til Sognsvann

Side 8



Bli med på
17. mai-feiring
på skolen!

Les mer på
side 4.

Les AvisN på mobilen.

Scann QR-koden med
mobilens kamera for å
lese den i Book Creator.

 BOOK CREATOR



AvisN mai2026
Oslo VO Nydalen, AvisN

AvisN

AvisN er Oslo Voksenopplæring Nydalens skoleavis. Den kommer ut hver måned.

AvisN er gratis. Redaksjonen består av deltakere og lærere ved senteret.

Oslo Voksenopplæring Nydalen gir skoletilbud til voksne med ulike læreversker, eller som trenger opplæring etter sykdom eller skade. Det er over 400 deltakere ved senteret. Senteret har 60 ansatte. Det er undervisning ved senteret fra 9.00 om morgenen til 17.00 om ettermiddagen. Oslo

Voksenopplæring Nydalen, Nydalsveien 38, Oslo, tlf 23 39 39 00

E-post til AvisN: marie.moss@osloskolen.no

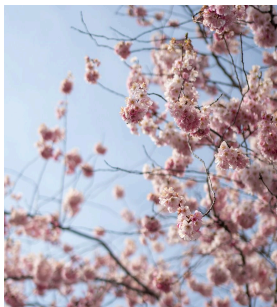
Mai måned

Mai

Mai er en vårmåned. Det blir varmere, og dagene er lengre. Mange blomster begynner å vokse.

I Norge feirer vi 17. mai. Det er Norges nasjonaldag. Mange går i tog, og barn spiser is.

Mai er en fin måned!

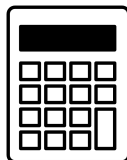


Nytt IKT-kurs: Hverdagsøkonomi

Vil du lære mer om hverdagsøkonomi? Bli med på kurs i biblioteket! Vi utforsker digitale apper, verktøy og nettsiden som kan være til nytte i hverdagen.

Når: Onsdager, kl. 10.30-12.00. Vi møtes 4 onsdager. Oppstart 13. mai.

Hvor: Biblioteket i 1. etasje.



Påmelding: Gi beskjed til din lærer, rådgiver eller biblioteket om du ønsker å bli med på kurset.

Rektor har ordet

Mai-ord

«Kom mai du skjønne, milde,
Gjør skogen atter grønn
Og la ved bekk og kilde
Fiolen blomstre skjønn!
Hvor ville jeg dog gjerne at jeg igjen deg så!
Akk kjære mai,
Hvor gjerne gad jeg i marken gå!»



Dette er første vers av en av våre kjente maisanger, og det finnes så mange skjønne sanger om våren som vi henter frem nå i mai!

Vårens vakreste eventyr blir sagt å være både Holmekollstaffetten og lønnsoppgjøret.

Mai er den siste vårmåneden, og lover sommer...

Det mange dager som har historisk og/eller religiøs betydning.

Det er mange fridager fra skole og opplæring.

Vi har akkurat markert 1. mai-arbeidernes internasjonale kampdag, og nå står disse dagen for tur:

14.mai - Kristi Himmelfartsdag

15.mai: Skolfri

17.mai: Norges nasjonaldag

25 .mai: 2. pinsedag

Vi skal markere nasjonaldagen vår, med en 17. maifest, onsdag 13. mai. Mange av de spreke medarbeiderne ved VO Nydalen skal løpe Holmenkollstafetten, 9. mai!

Det er kult at vi kan stille lag. Kom gjerne og heie på dem:)

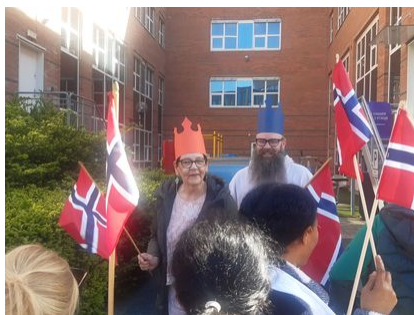
Det er brudd i lønnsoppgjøret i Oslo kommune, det betyr at streiken er gått til mekling, med frist 28. mai. Dersom det ikke blir en endelig avtale, betyr det at det blir streik i Oslo Kommune. Oslo VO Nydalen er en del av Oslo Kommune, og kan derfor bli rammet av streik. Dette vil bli varslet om etter gjeldene rutiner. Det blir gitt informasjon dersom dette skulle bli aktuelt.

Ønsker alle mange skjønne maiøyeblikk, med mye vårlig glede.

Beste hilsen fra Merete



Fra feiringen i 2025:



Utstilling på skolen: åpning 1. juni

I juni kan du bli med på utstillingsåpning i biblioteket og kantina.

Du kan se hva deltakere har laget i kunst og håndverksgruppene, og det blir musikkunderholdning og lett servering fra deltakere ved skolen.

Tidspunkt utstillingsåpning: 1. juni,
kl. 12.00-15.00.
Utstillingen står i et par uker.

Velkommen til utstilling!

UTSTILLING
på VO Nydalen

MUSIKKUNDERVISNING
UNDERHOLDNING
FRA DELTAKERE

KUNST & HÅNDVERK
ARBEIDER FRA SKOLEÅRET
SOM HAR GÅTT.

MAT OG HELSE
LETT SERVERING

HVOR:
Biblioteket og kantina
VO NYDALEN

Velkommen alle sammen!

NÅR:
Klokken 12.00 - 15.00
1. juni

VO
Nydalen

Ingebjørg: Kan dere fortelle litt om utstillingen?

Kristin: Det er prosjekter vi allerede holder på med, som nå skal stilles ut. Tingene er egentlig laget til andre formål, men passer også godt i en utstilling.



Martine: Utstillingen blir veldig variert. Det blir alt fra strikketøy og annet håndarbeid til dekorasjonsprosjekter og stop motion-filmer.

Ingebjørg: Når skal utstillingen være?

Kristin: 1.juni.

Ingebjørg: Hvordan har det vært å være med på dette?

Martine: Det har vært veldig gøy, og vi har hatt stor frihet til å komme med egne ideer og tanker.

Kristin: Vi har ikke nødvendigvis laget ting spesifikt til utstillingen, men det er fint å kunne vise fram det vi jobber med.

Ingebjørg: Hva har dere selv bidratt med?

Kristin: Jeg har tatt alt jeg har laget med hjem. Jeg må nesten hente tingene mine tilbake.

Martine: Jeg har bidratt både med ideer og med å jobbe fram ulike prosjekter gjennom prosessen.

Ingebjørg: Tror dere folk kommer til å bli fornøyde med utstillingen?

Kristin: Ja, det tror jeg.

Martine: Absolutt.

Ingebjørg: Hva liker dere best å lage i forming?

Kristin: Jeg liker veldig godt å tegne og male, og keramikk er også gøy. Strikking er jeg ikke akkurat ekspert på.

Martine: Jeg liker egentlig alt som handler om å bruke hendene, men jeg er spesielt glad i å male.



Ingebjørg: Har dere laget noe som dere bruker i hverdagen?

Martine: Jeg har sydd handlenett og grytevotter.

Ingebjørg: Lager dere også gaver til andre?

Kristin: Ja, jeg lager mye kort. Jeg har blant annet laget bursdagskort til moren min og datteren min.

Martine: Jeg har sydd lappeputer som gaver.

Ingebjørg: Hva har dere brukt lengst tid på å lage?

Martine: Det må nok være handlenettene.

Ingebjørg: Liker dere best å samarbeide eller å jobbe alene?

Kristin: Det varierer egentlig.

Martine: Jeg liker best å samarbeide med andre.

Ingebjørg: Hva har vært det vanskeligste dere har laget så langt?

Martine: Stop motion-filmene har vært mest utfordrende.

Kristin: For meg er det nok dette (viser til sitt arbeid) jeg har brukt mest tid på.

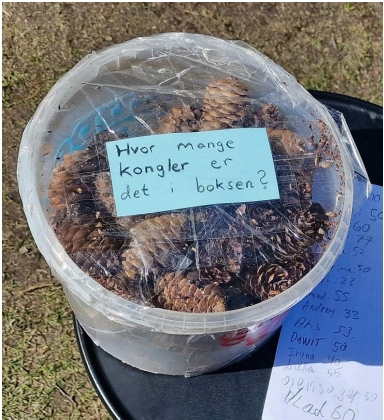
Ingebjørg: Tusen takk for intervjuet!

Kristin: Bare hyggelig.

Martine: Takk selv!

SKOLETUR TIL SOGNSVANN!





17. mai er Norges nasjonaldag. Det er dagen vi feirer frihet og grunnloven som ble laget 17. mai 1814.

Hvordan feirer vi 17. mai?

På 17. mai er hele landet glad og i fest. Mange starter dagen med frokost sammen med familie, venner eller naboer. Etter frokost er det barnetog med flagg, sang og musikk. I Oslo går toget forbi Slottet, og kongefamilien vinker fra balkongen. Du kan også se toget på TV.

En dag for alle

17.mai er ikke bare parader. Det er også taler, sanger og andre aktiviteter. Vi feirer sammen og viser glede og fellesskap. Uansett hvor du bor, kan du bli med og feire norsk kultur.

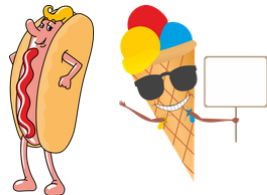
Iskrem og pølser

På 17. mai spiser vi mye iskrem og pølser. Barn og voksne elsker dette, og det hører med til feiringen.

Hva er russen?

Russen er ungdommer som feirer at de snart er ferdige med skolen. På 17. mai deltar de i parader, ofte med store busser og høy musikk. Mange barn synes det er gøy å samle russekort fra russen.

17.mai er en dag med glede, tradisjoner og samhold. Det er en dag hvor alle kan være med på festen!



På 17. mai kler folk seg i forskjellige klær for å feire nasjonaldagen. Mange nordmenn har på seg bunad. Bunad er tradisjonelle klær fra ulike steder i Norge. Hver by eller region har sin egen type bunad med spesielle farger og mønstre.

Andre som bor i Norge, men kommer fra et annet land, kan ha på seg klær fra sin egen kultur om de vil. Det kan være kjoler, drakter eller andre plagg som viser deres tradisjoner. Noen velger også å kle seg i festklær eller klær i fargene rødt, hvitt og blått, som passer til det norske flagget.



På 17. mai liker jeg å bruke kjole eller fine klær i forskjellige farger. Jeg pleier ikke å kjøpe nye klær, men finner noe som passer fint. Hvis det er kaldt, bruker jeg en jakke eller genser når jeg er ute. Bunader for kvinner har ofte skjørt, bluser og jakker, mens bunader for menn har bukser, skjorter og jakker. Mange pynter seg også med spesielle smykker eller hatter.

Uansett hva man har på seg, handler 17. mai om å feire sammen og være stolt av sitt hjemsted eller kultur. Alle er forskjellige, men alle kan feire nasjonaldagen på sin egen måte.



Kamp mellom Norge og Sveits

Jeg skal fortelle om en kampdag som jeg gikk til. Det var på tirsdag den 31. mars 2026 da Norge spilte mot Sveits. De møttes på Ullevaal Stadion i Oslo.

I kampen Norge mot Sveits var det 14.000 tilskuere den dagen. Stemningen før kampen var veldig gøy. Alle klappet og ropte, men etter kampen var det misfornøyde folk på stadion og det var helt stille. Noen gikk før kampen ble ferdig.



Norge bør spille rolig for å få bedre sjanser til å score mål . De må tenke nøye over hvem de skal sende ballen til , og unngå å spille for fort eller miste gode muligheter .Erling Haaland og Alexander Sørloth bør samarbeide godt , være tålmodig og skape sjanser sammen for å gjøre laget sterkere i angrep

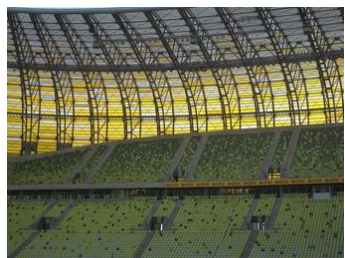


Norge stillingen var på bane som keeper Ørjan Nyland, forsvaret var Fredrik Bjørkan, Leo Østigård, Kristoffer Ajer og Sander Berge, midtbanen var Kristian Thorsvedt, Holmgren Pedersen og som spiss var Antonio Nusa, Alexander Sørloth og Erling Braut Haaland.

Sveits spilte veldig dårlig. Ingen sjanse i andre omgang for å skåre mål, men jeg var glad for å ha sett Sveits. Noen av spillerne, som for eksempel Manuel Akanji og Gregor Kobel, var imponerende, og jeg var også glad for at jeg fikk lov til å gå inn i hotellet til Sveits.

Jeg var glad den dagen selv om kampen ble 0-0, fordi jeg har sett de spillerne som jeg ville sett i virkeligheten, og fordi jeg har sett en veldig god kamp mellom de to lagene.

SPILLER	
ØRJAN NYLAND	Keepar
FREDRIK BJØRKAN	Forsvar
LEO ØSTIGÅRD	Forsvar
KRISTOFFER AJER	Forsvar
SANDER BERGE	Forsvar
KRISTIAN THORSTVEDT	Midtbane
HOLMGREN PEDERSEN	Midtbane
ANTONIO NUSA	Spiss
ALEXANDER SØRLOTH	Spiss
ERLING BRAUT HAALAND	Spiss





Grønland strekker seg over et landområde på over 2,1 millioner kvadratkilometer og ligger mellom Amerika og Europa. Landområdet er definert som en øy og området er på størrelse med arealet av Sverige. Grønland er et selvstyrt territorium som eies av Danmark.

Det er en befolkning på Grønland som er rett i underkant av 60 000 personer. De fleste er bofast og hoveddelen kommer fra de innfødte inuitter. Det meste av befolkningen bor på vestkysten, der klima er varmest. Mye av landarealet på Grønland er dekket av is.

Til sammenligning anses Australia som en øy når man ser på det med geografiske øyne, mens Grønland blir regnet med som en del av Danmark. Selv om det er en øy - er det også ansett som et område som gjennom å tilhøre Danmark er omtrent som en tidligere koloni. Grønland ansees slik sett som verdens største øy.

Hvorfor er det blitt oppstyr om øya?

Det antas at det har med ressurser av mineraler og gruvedrift, strategisk plassering, vannkraft og energi forekomst. Etter at det er blitt kjent at det har begynt å bli manko på enkelte råstoffer er det blitt mer og mer aktuelt å sikre seg de kjente forekomster av disse. I isen på Grønland er et av verdens største reservoar for ferskvann også.

Månedens match



Jeanette, Trine Emilie og Jessica er månedens match!



Påfugl er tre arter i to slekter av fugler i fasanfamilien, og i tillegg er de mest kjent for sine spesielle fine fargerike fjær de har utenpå kroppen sin, og at de kan slå opp den lange halen til en stor vifte. De andre påfuglartene lever i det sørøstlige Asia og én i Afrika.

Påfugler befinner seg i slektene *Pavo* og *Afropavo*. Slekten omfatter artene Indiapåfugl og *Pavo cristatus*. De lever på det indiske subkontinentet, India og Sri Lanka, og er i tillegg introdusert til mange andre steder verden rundt.

Smaragdpåfugl, *Pavo muticus*, oppholder seg i sørøstlige Asia, som Thailand, Vietnam, Kambodsja, og Indonesia (Java).

Kongopåfugl, *Afropavo congensis*, ble oppdaget i Afrika i 1937, og den er utbredt i Kongo.

Begge de asiatiske artene er kjent for at hannene har særlig fine og fargerike fjær, og at de kan slå opp den meget lange halen til en strålende vifte sammen.

Deres total lengde kan på grunn av de lange haledekkfjærene nå opp i cirka 2,5 meter.

Spesielt Indiapåfuglen er kjent fra dyrehager over hele verden rundt.

Kongopåfuglen er nærmest svartfarget og ikke like praktfullt utstyrt som sine asiatiske slektninger, men halefjærene hos hannen er dyp blå med metallisk grønt og fiolett innslag.



Elg

Elgener nordens største pattedyr og verdens største hjortefamilie. Elgoksene kan veie 500-600 kilo. De kan komme oppi 800 kilo, men dette er sjeldent. Elgen er et skogsdyr. Den finnes mange steder i Norge, men ikke så mange på Vestlandet, eller langs kysten fra Lofoten og nordover.

Elgen har god luktesans og hørsel, men ikke godt syn. Den spiser planter og trær som einer, rogn, osp og furu om vinteren. Den spiser lyng, bær, gress, rogn og mer om sommeren. Elgen kalles ofte skogens konge.



Ku

Det finnes ca 230 000 kuer i Norge. Kalven veier ca 40 kilo. Den får melk til ca 2-3 måneder gammel. Den kalles kvige eller oksekalv fra et halvt år gammel.



Hva får vi fra kua og oxen?

Kua gir 8000 liter melk i året, oxen gir kjøtt.

Hvor lenge har vi hatt kuer som husdyr her i Norge?

Under 9000 år i Norge.

USA**Alabama:**

- Det er forbudt å kjøre bil med bind for øynene.

Arizona:

- Det er ulovlig å hugge ned en kaktus (straffes med opptil 25 års fengsel).

California:

- Det er ulovlig å fange en møll under gatelyset.

Florida:

- Ugifte kvinner kan risikere fengsel hvis de hopper i fallsjerm på en søndag.

Alaska:

- Du kan ikke vise en elg fra et fly.
- Det er lov å skyte en bjørn, men ikke å ta bilder av den mens den sover.
- Det er ulovlig å slippe en levende elg ut av et fly.

Maryland:

- Det er ulovlig å gå med singlet i parker.

Storbritannia

- Gravide kvinner har lov til å urinere hvor som helst – inkludert i en politimanns hjelm, om nødvendig.

Frankrike

- Det er ulovlig å kalle en gris for "Napoleon".



Canada

Oak Bay:

- Du kan få 100 dollar i bot hvis papegøyen din snakker for høyt eller for mye.

Generelt:

- Det er ulovlig å betale for noe som koster over 25 dollar med kun 1-dollarsmynter.

Sveits

- Det er forbudt å klippe gresset på søndager i noen kantonen.
- Det er ikke lov til å trekke ned i toalettet etter klokken 22:00 i enkelte bygninger.

Nord-Korea

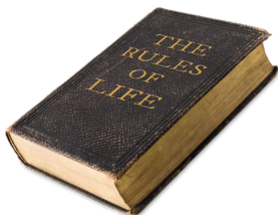
- Strengt regler for bekledning. Enkelte frisyre er også forbudt.

Mexico

- Det er ulovlig å sykle uten å ha begge hender på styret og uten å se rett frem.

Norge

- **Pengespill:** Kun staten har lov til å tjene penger på pengespill (monopol).
- **Støy på kveldstid:** Det er ikke lov å tute der kalde drinker eller sandwicher serveres etter kl. 21:00.



Mange av oss bruker datamaskinen til å gjøre oppgavene våre. Og ved å se på andre har jeg plukket opp noen tips til hurtigtaster for å forenkle oppgaver som gjør at teksten blir raskere å skrive. Mange av oss kjenner til en del av disse og kanskje du vil plukke opp noen nye tips for å gjøre teksten enklere å håndtere?

Her er noen tips jeg har brukt når jeg skriver mine tekster i Word:

Ctrl + A = Merk hele teksten

Ctrl + P = Print teksten

Ctrl + C = Kopier

Ctrl + X = Klipp ut

Ctrl + V = Lim Inn

I Windows kan man bruke:

Alt + Tab = Skifte mellom åpne programmer

Alt + E = Åpne nytt utforsker vindu

Windows Key + E = Åpne utforsker vindu

Windows Key + L = Lås maskinen

Det finnes en lenger liste på hvilke hurtigtaster som fungerer bra - om man har et ønske om å lære seg disse til fremtidig bruk.

